

# L'accompagnamento spirituale nelle comunità ecclesiali

L'esperienza di un pastore  
nei quartieri torinesi

---

MONS. GABRIELE MANA  
Vescovo di Biella



Nell'anno centenario della morte di don Bosco, a Torino ci fu un'iniziativa semplice, ma efficace come momento fecondo di condivisione pastorale. Si organizzarono a Valdocco e alla Crocetta una serie di incontri nei quali, a partire dalla presentazione di esperienze pastorali concrete, i partecipanti si confrontavano sul loro ministero di educatori alla fede e di guide spirituali.

Il 24 febbraio 1988 il parroco di Santa Caterina da Siena, in Torino (zona Vallette), don Gabriele Mana, poi parroco a Orbassano e oggi vescovo di Biella, raccontò la sua esperienza di guida spirituale nella comunità parrocchiale.

Ci è parso utile e stimolante il suo racconto, per la immediatezza e la vivacità tipica di chi vive con la gente consapevole della propria responsabilità ecclesiale, ma anche per la sensibilità comunitaria in cui viene prospettato l'accompagnamento spirituale.

Siamo grati a mons. Mana di averci concesso la pubblicazione di questa significativa e fresca testimonianza.



Mi è stata chiesta l'autorizzazione per pubblicare una testimonianza che avevo reso quindici anni fa. Rileggendo le pagine trascritte da registrazione, mi sono ritrovato; anzi è sorta dentro di me "nostalgia" per quei venti anni trascorsi in quella difficile periferia torinese, dove ho sperimentato che noi siamo deboli, ma il Vangelo è forte; e altresì ho visto che è vero quanto dice don Bosco che «basta un campo e un pallone» assieme alla potenza del Vangelo per calamitare tanta gente, perché «l'educazione è problema di cuore», se siamo capaci a farci eco del cuore di Dio, che «tanto ama gli uomini da...».

I giovani «sono ladri», se ci lasciamo rubare il cuore.

Certamente questa testimonianza buttata giù di getto quel pomeriggio è "datata"; forse oggi cambierei qualcosa... Ma è meglio non forzare le stagioni della vita. Quei giovani che ho cercato di accompagnare in quegli anni, ora sono adulti, genitori, professionisti... Ma confesso che quando ci si incontra, il filo non è interrotto e rimane la freschezza di quei giorni in cui la seduzione di Dio ha rapito le nostre vite.

Oggi è nato un nuovo interesse per l'accompagnamento spirituale. In quegli anni invece straripava l'illusione della collettivizzazione della educazione (il gruppo risolve tutto, le varie teorie delle dinamiche di gruppo...).

Oggi si respira un ambiente ecclesiale più favorevole alla equilibrata armonizzazione tra esperienza comunitaria e accompagnamento spirituale.

Il Signore Gesù spingia tutti gli educatori a "venerare" le persone, nel cui volto possiamo scoprire le sue sembianze umane.

Biella, 5 luglio 2003.

*Toto corde*  
+ Gabriele Mana  
vescovo

## **1. Il cammino comunitario**

---

Nel mio lavoro di parroco, ho cercato di portare avanti la cura pastorale e di diffondere la conoscenza di Gesù Cristo, attraverso due binari: l'aggregazione comunitaria e la direzione spirituale (comunità parrocchiale, gruppo ecclesiale e rapporto interpersonale). Racconto la mia esperienza. L'esperienza ha sempre un limite.

All'inizio dell'anno pastorale io parto facendo a tutti, piccoli e grandi, la proposta di partecipare alla vita della comunità (specialmente entrando in un gruppo), attraverso tutte le mediazioni che esistono in una comunità parrocchiale. In questo modo si pongono delle premesse che favoriscono un cammino di esperienza cristiana vissuta. La direzione spirituale verrà dopo, quando il giovane avrà già incontrato una comunità viva, dove c'è ascolto della Parola di Dio, preghiera, vita di comunità.

Mi pare che la prima conversione sia quella alla vita di comunità. Una comunità che deve avere un suo fascino. La comunità-Chiesa è sacramento di Cristo e deve essere affascinante.

Ad un certo punto del cammino comunitario è provocata l'esigenza di un rapporto più interpersonale. Nasce la direzione spirituale, l'accompagnamento spirituale, un ministero che io affido anche ad alcuni laici particolarmente maturi.

## 2. Alcuni atteggiamenti necessari

---

Quando imposto la direzione spirituale faccio sempre alcune premesse a chi chiede di essere accompagnato personalmente. Curo la confidenza, assicuro la discrezione, dimostro e chiedo amicizia.

Per un buon accompagnamento spirituale ci vuole molta *sincerità*: una confidenza senza riserve che permetta di affidare la propria vita nelle mani di chi ti rappresenta in modo sensibile l'amore di Dio, la paternità di Dio che ti conduce. Finché ci sono delle riserve, degli angoli oscuri, finché il giovane o l'adulto non è capace di buttare tutto quello che è e che ha nelle mani di chi lo dirige, non si può attuare una vera direzione spirituale.

Io pongo questa condizione, lo esigo: piuttosto si aspetti, si maturi. Se non te la senti di essere limpido, trasparente, schietto fino in fondo, non iniziare neppure, perché non combineresti nulla. Quando si inizia, lo si faccia seriamente. Ma la confidenza deve essere reciproca.

Un rapporto di direzione spirituale esige, inoltre, *discrezione*, segreto assoluto: vincola entrambi, direttore e diretto. Chi si confida deve essere garantito, deve sapere con certezza che quello che dice rimarrà nel cuore del direttore spirituale.

Io ricordo sempre ai giovani che sono vincolato dal sigillo sa-

cramentale. Comunque, anche in un rapporto di confidenza non sacramentale, un buon educatore deve essere persona estremamente discreta. Anche il ragazzo, tuttavia, deve sentirsi vincolato: mette a rischio l'accompagnamento spirituale se quello che gli viene detto o consigliato lo chiacchiera con altri. Pensate ai problemi dei giovani d'oggi, come quello affettivo: se ne parlano con altri, fuori dal contesto serio e personalizzato della direzione spirituale, si pregiudica tutto. Questa premessa è necessaria per un lavoro serio.

Si deve creare infine un *atteggiamento amicale* che faccia nascere simpatia reciproca. Si tratta di un sentire comune, di un percepirsi come amato, capito, ben voluto, accolto, pensato. Io uso mille attenzioni diverse: la delicatezza di ricordare il compleanno, l'onomastico, una data particolare, un saluto, una cartolina, un certo tono nel salutare, un sorriso d'intesa... Ci saranno dei periodi, nella vita del giovane, nei quali egli faticherà a capire ciò che gli chiedi, ma lo farà ugualmente perché sa che gli vuoi bene. È pericoloso e inutile usare argomenti di autorità: è sempre necessario motivare. Tuttavia ci sono dei momenti in cui il giovane dice: «Mi fido, anche se non capisco». Questa fiducia scatta solo quando ci si sente benvoluti, amati, se c'è una buona carica affettiva.

Solo in presenza di queste condizioni io accetto e inizio la direzione spirituale.

### **3. Il programma della direzione spirituale**

---

Nella direzione spirituale dei giovani io privilegio queste tre linee: maturazione umana; maturazione affettiva (che rientra nella tematica precedente, ma richiede una cura particolare); maturazione della fede.

#### **3.1. Maturazione umana**

Insisto molto su questo discorso: «Sei persona, devi diventare una personalità; persona si nasce, personalità si diventa». Faccio notare al giovane che è una persona, quindi importante e preziosa davanti a Dio, davanti a tutti e davanti a se stesso; ma è tenuto a crescere ed evolversi in personalità. E tale può diventare quando si raggiunge un equilibrio tra gli ideali, la volontà e la sensibilità.

Qui interviene il discernimento. A proposito di *ideali*, ci sono dei giovani che sanno parlare molto bene: discutono di pace, ma poi sono guerrafondai in famiglia; fanno marce e dibattiti sulla non-violenza, e a casa sono intolleranti e dispotici, a volte violenti. Io cerco di mettere il giovane di fronte alle sue incongruenze: «Hai degli ideali, ne parli e li proclami, ma non sei in grado di metterli in pratica, perché non ti giochi la tua libertà con impegno».

Oppure, al contrario, c'è gente testarda, volitiva, però non ha traguardi da raggiungere nella vita, non ha sviluppato dei valori, non li ha scoperti e non li desidera.

La *sensibilità* deve essere messa al servizio del vedere più chiaro e del decidere più in fretta. Invece, soprattutto oggi, scopriamo di essere deboli su questo punto: la sensibilità, l'emozionalità, hanno il sopravvento e si comportano da padrone. Faccio una cosa perché mi piace, non la faccio se non mi piace. Il criterio ultimo, anche nella vita di fede e nella vita interiore, è ciò che "sento". Prego perché in questo momento ne sento voglia, sono euforico spiritualmente, ne percepisco il bisogno. Non prego perché non sento gusto, perché questa sera sono arido.

Ecco: io lavoro innanzitutto a partire da questi elementi di maturazione umana. Quando un ragazzo si presenta e si affida, cerco di farlo crescere su questi punti, equilibrando valori, volontà e sensibilità. Non aggiungo niente a ciò che egli ha, ma mi sforzo di aiutarlo a sviluppare in forma armonica ciò che egli è.

### 3.2. *Maturazione affettivo-sessuale*

Separo questo aspetto, all'interno della maturazione umana, perché è un problema emergente, specialmente oggi. Anni fa i giovani erano catturati da altri interessi di carattere sociale, politico, culturale. Oggi non più: sono poco sensibili sui problemi comunitari e sociali, mentre pongono un'accentuazione enorme su quelli individuali. La maturazione affettiva, con tutto ciò che comporta, è un ambito da curare con molta attenzione.

Per molti, a quindici anni non avere il ragazzo o la ragazza è una vergogna, non avere ancora avuto un'esperienza affettiva e sessuale è un'infamia: si sentono dei diversi, degli infelici. Così spesso, con i compagni, fanno i vissuti, inventano storie, ma nel loro profondo soffrono e si tormentano, pronti a buttarsi in qualsiasi avventura se è il caso.

Un primo passo, semplicissimo, consiste nell'aiutare il giovane a capire che non è fuori dalla norma, che è nel giusto se queste esperienze precoci non le ha ancora fatte: sono gli altri che sono nel torto. Non è difficile dirlo a livello personale, perché sono provocati continuamente e sentono molto questo problema.

Certe precocità turbano, deturpano la crescita armonica dei nostri ragazzi e delle nostre ragazze. Spesso diventano dei gravi intralci per la scoperta e l'accesso ad ideali più solidi, ad esempio per la considerazione di vocazioni speciali. Ne sono soffocati, non hanno neppure il tempo e la possibilità di scoprire che è bello dare la vita per un grande ideale: si sono bruciati, non riescono a capire, oppure non se ne sentono capaci.

Dunque, dedico una particolare cura a questo aspetto, sia nel contatto personale, che a livello comunitario. Infatti il gruppo può sdrammatizzare molto certe tensioni, quando è ben condotto, quando c'è affiatamento cordiale tra i membri, quando esistono determinate leggi di comportamento comunitario e quindi non si accettano certi inquinamenti affettivi all'interno.

### 3.3. *Maturazione della fede*

A questa cura dedico un programma concreto: chiedo ai giovani la confessione e la direzione spirituale regolare, la partecipazione bisettimanale alla messa, l'incontro formativo comunitario; propongo la scelta di un ministero o di un servizio nella comunità e la preghiera personale quotidiana.

Mi preoccupa, poi, di curare che tutto questo diventi prassi normale. È evidente che ciò mi impegna parecchio, soprattutto per il tempo dedicato ai colloqui personali, ma ritengo che sia il tempo meglio speso.

Chiedo un *ritmo mensile per la confessione*: nel mio ambiente paganizzato è un buon traguardo. Cerco di dosare il ritmo di confessione personale con quello comunitario (colloco tre celebrazioni penitenziali nell'anno, e invito circa venticinque sacerdoti). I giovani sanno che non è sufficiente confessarsi tre volte in un anno: è necessario l'incontro mensile, personale.

Suggerisco che anche *la direzione spirituale abbia una cadenza mensile* e sia un colloquio calmo, di confronto e verifica. Ci sono le eccezioni, perché in certe stagioni della vita è necessario incontrarsi più di frequente, in altre meno. Comunque ritengo che non

si debba diluire troppo la cadenza degli incontri se si vuole tendere non solo al bene, ma al meglio.

Poi chiedo la *partecipazione bisettimanale alla messa*: una messa domenicale e una feriale (ad esempio al giovedì). Però insisto che alla messa ci si prepari: «Devi sentirti in colpa e confessarti se non ti prepari alla messa». Progressivamente conduco la comunità su questo sentiero: lettura previa della Parola di Dio; lettura della Parola nel suo contesto; riflessione su di essa; utilizzare tale Parola per la preghiera nei giorni che precedono l'Eucaristia. Dico loro: «Non puoi venire alla messa del giovedì o della domenica se non hai già accolto la Parola di Dio; la celebrazione liturgica farà breccia se trova un cuore già lavorato, disponibile, un terreno accogliente».

Insisto per la partecipazione all'*incontro formativo comunitario*: tutte le settimane i giovani hanno un incontro formativo.

Promuovo la scelta, da parte di tutti, di un ministero o di un *servizio nella comunità*. All'inizio dell'anno pastorale presento la mappa dei servizi, nel modo più allargato possibile, perché ci sia spazio per tutti, per il bambino, il ragazzo delle medie, il giovane, l'adulto e l'anziano. Tutti nella comunità (o fuori di essa) devono ricoprire un ministero e un servizio, ognuno secondo le sue qualità, le sue possibilità, le sue forze. Nel corso della direzione spirituale si fa discernimento per capire il servizio a cui Dio chiama. Sono convinto che sviluppando la ministerialità, a tutti i livelli, si creino le condizioni ideali per affrontare con frutto il discorso vocazionale.

Poi insisto affinché ognuno curi la *preghiera quotidiana*, nelle sue varie forme. Ad esempio, ai più capaci propongo la liturgia delle ore (nella quale vanno introdotti con gradualità, perché diventi preghiera seria e partecipata); ad altri la fedeltà alle preghiere del mattino e della sera; ad altri la recita del rosario o di qualche decina; ad altri ancora un momento di lettura meditativa; o l'esercizio delle giaculatorie o altre forme di preghiera. Ad ognuno secondo la sua capacità, la sua sensibilità, la sua età e condizione.

#### **4. Accompagnamento spirituale e discernimento vocazionale**

Stiamo scoprendo in modo sempre più efficace che la vita cristiana è "chiamata" e "risposta". La dimensione vocazionale è

essenziale per la vita cristiana. Se, dal punto di vista umano, crescere significa camminare verso l'autonomia, dal punto di vista cristiano crescere significa camminare verso la dipendenza, camminare verso una sempre maggiore obbedienza alla volontà di Dio. Il cristiano non è un autonomo, un libero battitore: sperimenta il vertice della libertà evangelica nel dipendere in modo sempre più radicale dal volere di Dio, da «ciò che piace a Dio».

Nella direzione spirituale è essenziale portare avanti il *discernimento vocazionale*: è sostanza della vita spirituale. Ho sperimentato che quando, in una parrocchia o in un gruppo, si apre la strada a una vocazione di speciale impegno, si verificano fioriture di vocazioni speciali.

Io ritengo sia doveroso proporre a tutti certi ideali di radicalità evangelica. Don Bosco affermava che due ragazzi su tre sentono, almeno una volta nella vita, il desiderio di farsi preti. Si proponga senza timore, sapendo che le vocazioni non sono fenomeni a compartimento stagno: c'è un'integrazione tra di esse.

Anche il giovane che scoprirà la sua come una vocazione comune al matrimonio, non avrà che dei vantaggi dall'essere portato a considerare – verso i 18/20 anni – l'ipotesi di una chiamata alla vita consacrata o al sacerdozio. Io dico sempre: «Nella vita serve fare qualche esperienza e aprire certe porte: ti può aiutare ad essere sacerdote nella famiglia e nella professione; come a me prete è utile considerare la chiamata alla paternità e il coltivare il contatto con la vita matrimoniale, per vivere nel mio ministero questa dimensione».

Quando la direzione spirituale è fatta bene, seriamente, senza timori e spalanca l'orizzonte a tutte le possibilità che il Signore potrebbe schiuderci, sarà sempre possibile raggiungere risultati eccellenti.

## 5. Domande e risposte

---

*A chi vuol fare un cammino più serio, lei propone la partecipazione bisettimanale all'Eucaristia. La messa infrasettimanale è per tutta la comunità o per singoli gruppi? Come viene preparata e vissuta? Quali sono i risultati?*

Io sono parroco, quindi devo tenere presenti certe leggi. Se la parrocchia vuole mantenersi fresca e giovane, deve diventare la



somma di tante piccole comunità di base. Di questi piccoli gruppi io non mi sento "parroco", ma semplicemente "prete": propongo loro la scoperta e la sequela di Gesù Cristo. Quando in una parrocchia i gruppi si moltiplicano, è necessario trovare dei momenti unificanti. Sono quelli della domenica e della celebrazione eucaristica infrasettimanale, che è per tutti i gruppi, anche quelli familiari, dei ragazzi, dei giovani..., al giovedì, ore 18,30 (in alcune stagioni dell'anno come l'Avvento e la Quaresima, è alle 20,30). È un momento unificante comunitario.

Tra i vari servizi c'è quello di animare le messe della domenica e del giovedì: monizioni, canti, organo, direzione dell'assemblea e del coro, lettori ben preparati, servizio all'altare, distribuzione della comunione... Dopo la messa io non propongo a tutta la comunità l'adorazione (è una sensibilità a cui arrivano gli animatori): dopo la messa capita il chiasso (è il nostro limite), si salutano, chiacchierano... Ho imparato ad essere tanto tollerante: serve anche questo a far vita comunitaria.

*E la meditazione?*

È una conquista molto più lenta, a cui conduco passo dopo passo.

*Quanto tempo lei dedica alla preghiera nella sua giornata?*

Ho un grosso privilegio nella mia parrocchia. Avevo ereditato una messa feriale alle ore 7 e vi partecipavano sei o sette persone. Poi sono passato alle 7,30 e i fedeli sono un po' aumentati. E poi, via via, mi sono adattato ai ritmi della gente (che non sono monastici) e ho collocato la messa alle 9 del mattino. Questo ha facilitato la mia preghiera: posso così dedicare da un'ora a un'ora e mezza, prima della messa, e nessuno mi tocca quel tempo. Così riesco a pregare con calma l'Ufficio delle Ore e fare la meditazione.

Poi si tratta di valorizzare altri momenti, pregando insieme alla comunità: abbiamo il rosario ogni sera e la messa quotidiana, alla quale mi preparo. Ognuno deve inventare i suoi stratagemmi per salvaguardare la preghiera. Per esempio, io non mi sento a posto con la comunità se non preparo la liturgia domenicale una settimana prima: ho l'abitudine, alla domenica sera, prima della Compieta, di leggere la Parola di Dio della domenica successiva; così posso portarmela dentro tutta la settimana e ruminarla. Sono

tanti i trucchi che ci permettono di vivere nel buon Dio: si ha un po' di pudore a parlarne in pubblico.

La mia gente ha imparato che io vado in chiesa prima, ma apro la porta solo alle ore 8; mi vedono in chiesa a pregare e non mi disturbano, se mi chiamano io dico di aspettare un po': l'ho fatto qualche volta e hanno imparato a non disturbarmi, perché anche il prete deve pregare, altrimenti dopo un po' avranno un povero rudere.

*Normalmente è lei a proporre la direzione spirituale o sono i giovani a chiederla?*

Di solito è il ragazzo che la chiede. Però è sollecitato in mille modi. Inoltre, quando nella comunità sono molti quelli che praticano la direzione spirituale, ci si passa parola. La richiesta è poi facilitata dall'esperienza degli esercizi spirituali. Abbiamo una casa in montagna e durante l'estate vi facciamo turni di esercizi spirituali. Non mi sentirei di faticare neanche un'ora per portare in vacanza la gente; per portarla agli esercizi spirituali, invece, mi sento di mettere a repentaglio anche la pelle.

Gli esercizi spirituali sono una settimana seria, intensa. Per me è stata una conquista importante: i giovani fanno silenzio mangiando; l'ultima parola che si dicono tra amici è alla sera, prima della preghiera (con i più grandi la Compieta, con gli altri la preghiera attorno al fuoco o in cappella) e poi si va a letto in silenzio, il "grande silenzio" che verrà interrotto dopo la colazione; ci si alza in silenzio, ci si lava in silenzio, si va a Lodi e si parla solo a colazione. E questo già con i ragazzi delle medie. Sanno che è così: in vacanza si va altrove, ci pensano i genitori, ma in parrocchia, ai campi, si fanno gli esercizi spirituali. Penso a certi campeggi parrocchiali dove in camerata succede di tutto: io non ci starei neppure un giorno.

Durante questi esercizi spirituali io condivido tutto con loro, in compagnia delle suore della parrocchia: nelle meditazioni, nei dibattiti, viene fuori il discorso della direzione spirituale. Allora sarà il ragazzo a farsi avanti, a iniziare e continuerà giù a Torino. Ma quando la chiede io lo freno: «Attento! È la parola di Dio che ce lo dice: tu gli dai la mano ed Egli ti prende tutto, non sai dove ti conduce; quindi pensaci bene prima». Preferisco che la direzione spirituale arrivi sei mesi dopo, un anno dopo, ma non sia imposta o parta male. Devono chiederla loro, implorarla, tallonarti

con insistenza e sapere che per fissare un appuntamento con te non basta venire a suonare il campanello: «Se c'è un'emergenza vieni quando vuoi, ma nella normalità prenotati almeno una settimana prima, perché tu non sei il solo».

*Anche i laici fanno direzione spirituale?*

Gli animatori giovanili fanno direzione spirituale, anche perché la direzione spirituale si è talmente ampliata che non ce la facciamo a farla da soli (siamo due preti più le suore). I laici, se accuratamente preparati, possono fare direzione spirituale bene quanto me. Anzi, gli animatori sono spesso più efficaci.

Però non sono improvvisati: essi stessi si fanno dirigere da anni, portano avanti ciò che hanno imparato. Mi sento molto tranquillo: so le cose che ho insegnato loro. Poi, sui problemi della maturazione affettiva, della crescita umana..., sono molto più vicini ai ragazzi e molto più efficaci di me.

Questi laici non sono molti (sette o otto), già maturi, sposati. Fanno questo lavoro non perché etichettati in quanto tali, ma perché sono educatori in mezzo ai giovani, dunque da essi scelti spontaneamente come confidenti.

Bisogna far maturare dei laici solidi e ben formati, che assumano questo ministero, che tengano la loro porta sempre aperta, disposti a sentirsi suonare il campanello tutti i momenti; in pieno accordo con la loro moglie o marito, senza gelosie reciproche. Devono costruire un modello nuovo di famiglia, feconda, aperta, impregnata di spirito evangelico.

A questo punto diventa importante distinguere direzione spirituale da confessione, ed essere molto delicati. Se un giovane viene a confessarsi e mi dice: faccio direzione spirituale con il tale, io non posso dargli altri impegni, ma semplicemente esortarlo a portare avanti gli impegni che gli dà l'animazione. Da parte sua l'animatore deve essere delicato, non assolutizzare il suo lavoro: sa che manca qualcosa di importante al suo ministero, la grazia del sacramento. L'animatore deve spingere il ragazzo alla confessione e il confessore deve invitare il ragazzo ad orientarsi verso una guida spirituale.

Una collaborazione che può diventare faticosa. Io chiedo ai laici che fanno direzione spirituale che, su certe problematiche delicate, siano umili (ad esempio, sul tema vocazionale), non si sentano troppo sicuri, perché entra in gioco la grazia dello stato. Da

noi le cose vanno bene, grazie a Dio, tuttavia avvertiamo la delicatezza della collaborazione e la possibilità di tensioni. Ma volendo portare i giovani a Gesù Cristo, alla santità, mettiamo tutto il resto in secondo ordine.

### **Per una riflessione personale o condivisa**

1. Quanta attenzione e cura mettiamo nello strutturare i ritmi del cammino spirituale e formativo comunitario?

2. Iniziando un percorso di accompagnamento, quali premesse cerchi di concordare con le persone che chiedono il tuo ministero?

3. L'Autore ha indicato tre ambiti di maturazione che viluppa nel suo programma di direzione spirituale: umano; affettivo-sessuale; di fede. Tenendo conto dei destinatari del tuo ministero e della loro specifica condizione, quali pensi debbano essere le aree e i contenuti da curare per un efficace progresso spirituale? Quali strategie metti in atto per monitorarli?

4. Quale importanza dai, nel tuo ministero di accompagnamento dei giovani, al discernimento vocazionale?

5. Quanto e quale spazio della giornata e della settimana riservi alla cura della tua vita interiore: preghiera, meditazione, liturgia, esame di coscienza, confessione?